

Orecchiette mit roter Bete in Meerrettich-Sahne

340

Typ: Pasta

Quelle: Brigitte 2005, 24, 226

Bemerkungen: Geniale Kombination: Meerrettich und Kräuter einerseits und Curry-Orangensaft andererseits. Auch farblich toll.

Die ursprünglich angegebenen 10 Minuten zum Dünsten der roten Beete sind viel zu kurz!

Zutaten: 6 frische rote Bete
1 Saftorange
3 EL Öl,
2 TL Kreuzkümmel,
1 TL Koriander
Salz,
frisch gemahlener Pfeffer,
Zucker
350 g Nudeln (z. B. Orecchiette)
1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Petersilie,
1 Stück frischer Meerrettich (etwa 2-3 cm)
150 g Creme fraiche,
150 g Gemüsebrühe

Rezept: Rote Bete schälen, erst in Scheiben, dann in Stifte schneiden. Orange auspressen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zerstoßenen Kreuzkümmel und Koriander darin anbraten. Orangensaft zugießen und die rote Bete unter Rühren bei kleiner Hitze etwa 20 - 30 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Warm halten.

Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest kochen.

Schnittlauch (etwas zum Garnieren beiseite legen) und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Meerrettich schälen und fein reiben. Kräuter, Meerrettich, Creme fraiche und heiße Gemüsebrühe verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nudeln abgießen, dabei etwas Nudelwasser auffangen. Die Nudeln tropfnass mit der Kräuter-Creme-Fraiche vermengen. Eventuell noch etwas Nudelwasser zugeben und alles nochmals abschmecken.

Rote Bete zu den Nudeln servieren und mit Schnittlauchhalmen garnieren.

- TIPP: Wenn Nudeln länger stehen, saugen sie sehr viel Flüssigkeit auf. Wenn's zu trocken wird, einfach noch etwas Nudelwasser oder heiße Brühe unter die Pasta rühren.